



LA LETTRE du CADRE TECHNIQUE

INTERREGION SUD OUEST
Juin 2010 - N°3



ACTUALITE : *Les championnats de France été*

LE CHAMPIONNAT DE France NATIONAL TC (Sète, du 6 au 9 mai 2010)

FELICITATIONS A L'USC COLOMIERS CHAMPION DE France NATIONAL EN EQUIPE JUNIORS !!!



Les podiums :

JUNIORS				
	FI	SOLO	DUO	EQUIPE
1 ^{ère}	SARAH MASSARO 94 (SETE)	ALYS GALLES 94 (ANGERS)	SETE	USC
2 ^{ème}	ALYS GALLES 94 (ANGERS)	MARION RANCEZ 92 (ANGERS)	ST CYPRIEN	NANTES
3 ^{ème}	MARION RANCEZ 92 (ANGERS)	MAGALIE PELISSIER 92 (AIX EN P.)	CHENOVE	CHENOVE

SENIORS				TC	
	SOLO TECH	SOLO LIBRE	DUO TECH	DUO LIBRE	COMBINE
1 ^{ère}	THALINEAU TOURS	THALINEAU TOURS	MONACO	MONACO	SETE
2 ^{ème}	ALETAS MARSEILLE	ALETAS MARSEILLE	PONTAULT COMBAULT	PONTAULT COMBAULT	NANTES
3 ^{ème}	RAQUIN PONT.COMB.	RAQUIN PONT.COMB.	STRASBOURG	STRASBOURG	PONTAULT COMBAULT

5 clubs de l'interrégion ont participé à cette compétition :

MN82 (Montauban) : 11^{ème} en équipe libre juniors / nageuses classées de la 43^{ème} à la 113^{ème} place en figures imposées

Les Girondins de Bordeaux : 7^{ème} en équipe libre juniors / nageuses classées de la 23^{ème} à la 107^{ème} place en figures imposées

L'ASCPA (Pessac) : 10^{ème} en ballet combiné TC

Le TNS (Toulouse) : 12^{ème} en duo juniors / nageuses classées 53^{ème} et 60^{ème} en figures imposées
7^{ème} en solo seniors / 9^{ème} en duo seniors / 7^{ème} en ballet combiné TC

L'USC (Colomiers) : 6^{ème} et 10^{ème} en duo juniors / 1^{er} en équipe libre juniors / nageuses classées de la 24^{ème} à la 63^{ème} place en figures imposées

LE CHAMPIONNAT DE France ELITE TC (Lyon, du 20 au 24 mai 2010)

Les podiums :

JUNIORS				
	FI	SOLO	DUO	EQUIPE
1 ^{ère}	ROUX MAELISS 94 (AIX EN P.)	CHRETIEN MARGAUX 92 (ANGERS)	AIX EN P. (AUGE/FRACKOWIAK)	AIX EN PROVENCE
2 ^{ème}	FRACKOWIAK CHARL. 92 (AIX EN P.)	ROUX MAELISS 94 (AIX EN P.)	ANGERS NS (CHRETIEN/RANCEZ)	AQUA SYNCHRO LYON
3 ^{ème}	CHRETIEN MARGAUX 92 (ANGERS)	FRACKOWIAK CHARL. 92 (AIX EN P.)	AIX EN P. (ROUX/LEFORT)	ANGERS NAT SYNCHRO

SENIORS					TC
	SOLO TECH	SOLO LIBRE	DUO TECH	DUO LIBRE	COMBINE
1 ^{ère}	POTEL SOPHIE (MONACO)	POTEL SOPHIE (MONACO)	AIX EN P. (JEHEL/LAFAY)	AIX EN P. (JEHEL/PELISSIER)	AIX EN PROVENCE
2 ^{ème}	BROUILLET MANON (HYERES)	BROUILLET MANON (HYERES)	ST CYPRIEN (BRIQUEU/LATORRE)	STADE FRANÇAIS (VIART/GONIN)	AQUA SYNCHRO LYON
3 ^{ème}	GOSSE KRESS A. (STRASBOURG)	GOSSE KRESS A. (STRASBOURG)	STADE FRANÇAIS (AINOUCHE/GONIN)	ST CYPRIEN (BRIQUEU/LATORRE)	ANGERS NAT SYNCHRO

2 clubs de l'interrégion ont participé à cette compétition :

L'USC (Colomiers) dans l'épreuve des ballets combinés Toutes Catégories se classe 7^{ème} sur 8 (73.2500).

Le TNS (Toulouse) dans l'épreuve des ballets libres Juniors se classe également 7^{ème} sur 8 (64.7114).

Les nageuses juniors du TNS se classent individuellement en figures imposées de la 59^{ème} à la 102^{ème} place (sur 103).

LE CHAMPIONNAT DE France ELITE ESPOIRS (Angers, du 3 au 6 juin 2010)

Les podiums :

ESPOIRS				
	FI	SOLO	DUO	EQUIPE
1 ^{ère}	OPHELIE BISSON 95 (ANGERS)	OPHELIE BISSON 95 (ANGERS)	ANGERS NS (BISSON/CHEVALIER)	ANGERS NAT SYNCHRO
2 ^{ème}	LAURIE SOLON 95 (ANGERS)	ELODIE GOURONC 95 (AIX EN P.)	ANGERS NS (SOLON/RANCEZ)	AIX EN PROVENCE
3 ^{ème}	CAROLINE LEBLANC 97 (AIX EN P.)	CAROLINE LEBLANC 97 (AIX EN P.)	AIX EN P. (GOURONC/BETEILLE)	HYERES NAT SYNCHRO

1 club de l'interrégion a participé à cette compétition :

L'USC (Colomiers) dans l'épreuve d'équipe libre se classe 6^{ème} (sur 8) en ayant brillamment nagé lors des finales.

LE CHAMPIONNAT N3 ETE PERFORMANCE (Toulouse, 29 et 30 mai 2010)

Les podiums :

JUNIORS				
	FI	SOLO	DUO	COMBINE
1 ^{ère}	LAURA GERBY 94 (GIRONDINS)	MORGANE BOURGEAIS 93 (USC)	GIRONDINS (GERBY / BOTELLA)	ASCPA
2 ^{ème}	MORGANE BOURGEAIS 93 (USC)	ELOISE DEROT 93 (USC)	AQUA LONS (RUSSO / BOURDEU)	USC
3 ^{ème}	JOSEPHINE PEREZ 94 (USC)	JOSEPHINE PEREZ 94 (USC)	ANC (GAUZIIDE / DENIAU)	-----

SENIORS				TC
	PTI	SOLO	DUO	COMBINE
1 ^{ère}	EMILIE JOURDANAS 91 (ANC)	ALINE GOU MICHON 90 (CNG)	ANC (JOURDANAS / SALOMON)	USC
2 ^{ème}	MARJORIE SALOMON 92 (ANC)	AMELIE SAUVAGE (CNG)	CNG (GOU MICHON / SAUVAGE)	TNS
3 ^{ème}	ALINE GOU MICHON 90 (CNG)	-----	-----	SIRENES D'ORNON

Sont qualifiés pour le Tournoi National de Qualification (à Ancenis du 8 au 11 juillet 2010), s'ils souhaitent chercher une qualification en vue d'accéder au niveau national la saison prochaine :

- Les podiums des solos, duos et combinés juniors
- Les podiums des solos et duos seniors
- Le podium des combinés toutes catégories

LE CHALLENGE ESPOIRS (Toulouse, 29 et 30 mai 2010)

Les podiums :

ESPOIRS				
	FI	SOLO	DUO	EQUIPE
1 ^{ère}	LISA REYNAUD 95 (TNS)	-----	TNS	TNS
2 ^{ème}	LUCILLE LENGREND 95 (TNS)	-----	CNB	-----
3 ^{ème}	WASSILA SLAMNIA 95 (TNS)	-----	-----	-----

Les nageuses du TNS et de l'USC représenteront l'interrégion lors des prochains championnats espoirs nationaux, à Chenôve du 17 au 20 juin 2010

LA FINALE INTERREGIONALE DES JEUNES (Montauban, 24 et 25 avril 2010)

	PROGRAMME DEVELOPPEMENT	CLUB
1	MAGNANI TANIA	1998 USC
2	MOREAU AXELLE	1999 USC
3	PANIGOT SOPHIE	1998 ASCPA

	PROGRAMME FORMATION	CLUB
1	MUNIER ANNA	1998 MN82
2	LUCCACIO CELINE	1997 USC
3	ANTOLIN LAURIE	1997 USC

LE STAGE INTERREGIONAL D'ÉTÉ : *Nageuses du cycle 2*

Ce stage se déroulera cette année à **Hagetmau** dans les Landes, **du samedi 31 juillet au vendredi 6 août 2010**. Il rassemblera **16 nageuses du cycle 2** (10-13 ans), sélectionnées d'après les résultats de la Finale Interrégionale des Jeunes.



Sélection IRSO - Avril 2010

Les objectifs sont de permettre aux nageuses de se perfectionner, de poursuivre leur progression, de se confronter à des nageuses d'autres clubs et d'autres régions, ainsi que de rencontrer d'autres entraîneurs; ceci dans un cadre convivial.

Les cadres proposés sont : Mylène DENON GARCIA BE2 (entraîneur à l'US Colomiers NS) et Christine GROSSET (ancien cadre technique interrégional et responsable de l'équipe de France Minime).

Les entraîneurs ou officiels qui souhaitent venir se former lors de ce stage peuvent contacter le cadre technique IRSO.



Stage IRSO - été 2009

LE SOCLE DE FORMATION

Les bilans régionaux de validations des programmes du socle seront communiqués à la rentrée, suite aux résultats des compétitions régionales et interrégionale des ballets combinés.

La compétition interrégionale des ballets combinés du socle se déroulera à Limoges les 26 et 27 juin 2010.

REGLEMENTS FFN : quelques nouveautés pour 2011

Ces quelques points énumérés ne sont pas exhaustifs et ne remplaceront en aucun cas la lecture des règlements sportifs pour la saison 2010-2011 !

SOCLE DE FORMATION

- La conservation des acquis sur 2 ans pour les programmes acquisition et développement (les épreuves acquises cette saison sont donc conservées pour la saison 2010-2011)
- Le programme formation reste basée sur 1 saison sportive (avec possibilité de dérogation jusqu'au 31 décembre 2010 pour 1 seule épreuve manquante)

PROGRAMMES PERFORMANCE ET FINA

- Le combiné juniors Performance est remplacé par une épreuve d'équipe libre juniors (4'00)
- La qualification en solo espoirs, juniors et seniors s'acquiert d'après les résultats N-1 (accès direct) **et aussi d'après un système de qualification dans la saison (accès indirect l'hiver, du niveau interrégional au national)**
- La qualification en duo juniors et seniors s'acquiert d'après les résultats N-1 (accès direct) **et aussi d'après un système de qualification dans la saison (accès indirect l'été, du niveau interrégional au national)**
- La qualification en duo espoir s'acquiert d'après les résultats N-1 (accès direct en Elite) ou d'après les conditions réglementaires spécifiques sur la saison en cours
- Le mode de qualification pour les équipes et combiné est inchangé (d'après les résultats N-1)

De fait le calendrier des compétitions interrégionales et nationales sera quelque peu modifié pour intégrer ces différentes étapes de qualification.

Je propose aux clubs qui le souhaitent de me contacter à la rentrée pour étudier les positionnements de leurs nageuses et voir les stratégies possibles en fonction des objectifs du club.

LE PROGRAMME SPORTIF IRSO

Le programme sportif de l'interrégion sera communiqué aux clubs en début de saison 2010/2011.

Les actions de formation envisagées :

- **Un colloque interrégional** à Toulouse ou Colomiers, les 20 et 21 novembre 2010, sur le travail des portés et éventuellement sur 1 autre thématique d'entraînement
- **2 regroupements d'entraîneurs et officiels (recyclage) sur l'épreuve danse du socle**, avec simulations de jugement : 1 pour la zone Aquitaine/Poitou-Charentes et 1 pour la zone Midi-Pyrénées/Limousin. Dates à déterminer.
- **Un colloque interrégional** à Limoges, les 15 et 16 janvier 2011, sur la thématique des projets de club (dates à confirmer)

Des réunions régionales devraient être programmées pour la rentrée des clubs (courant septembre-octobre).

INFOS DIVERSES

L'équipe de France Minime sera en stage du 1^{er} au 11 juillet à Poitiers (au CREPS), pour préparer la COMEN

Vous pourrez assister à un entraînement en « portes ouvertes » le lundi 5 juillet dans l'après midi, ainsi qu'à un gala le vendredi 9 au soir. Je vous invite à saisir cette opportunité pour emmener vos nageuses voir ce qu'est le haut niveau, et venir encourager ces jeunes athlètes qui représenteront la France lors d'une compétition internationale.

La synchro sur le net : quelques clips « made in FFN » à découvrir ou à revoir sur You Tube

Sur les JO : <http://www.youtube.com/watch?v=RioIT661yIM>

Sur les équipes de France : <http://www.youtube.com/watch?v=WxuJGDuWuPg>

Emploi :

Le club de Pessac recrute dans le cadre d'un "contrat aidé" un entraîneur Synchro titulaire du BEESAN.

Si vous connaissez quelqu'un susceptible d'être intéressé vous pouvez contacter Lara Mellot au 06 29 65 71 56 ou par mail à laramellot@yahoo.fr

Bonnes vacances à tous !